

第3号

令和3年1月発行

明けましておめでとうございます。

今年も楽しんでいただけたら幸いです！



つくつく便

1月号



# 目次

・なぞなぞ .....P3~5

(作成:筑波大学附属坂戸高校 K.M)

・クイズ .....P6~11

イラストが表すのは何でしょう編

(作成:筑波大学附属坂戸高等学校 S.A)

フラジル編

(作成:筑波大学附属坂戸高校 O.H)

・塗り絵 .....P12~15

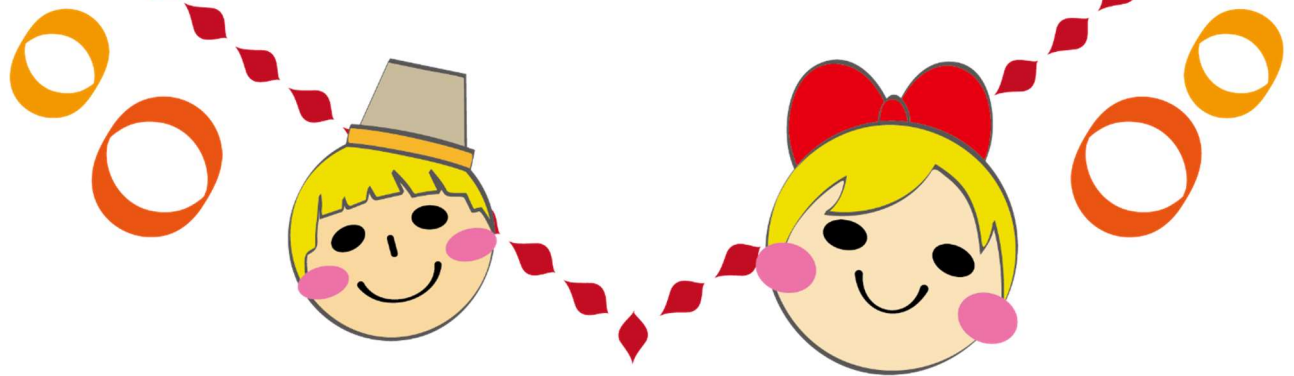
(作成:筑波大学附属坂戸高校 )

・解答 .....P16~19

・参考文献 .....P20~22



次のページから  
なぞなぞ！！



# なぞなぞ

## 例題

Q 象は象でも、お正月に食べる象とは何でしょう？

ヒント：よくお餅を入れて食べます

解答 **お雑煮**

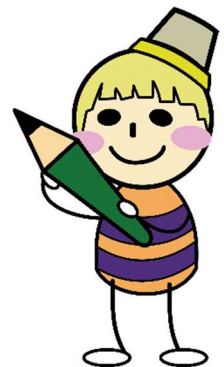
① 雪が降ると、あちらこちらで見られる食べられない「かき」とは何でしょう？

ヒント：腰が痛くなる作業、..

② 吹くと気持ちが良いのに、ひくと嫌なものとは何でしょう？

ヒント：ひくと鼻水や咳でつらい、..

わかるかな??



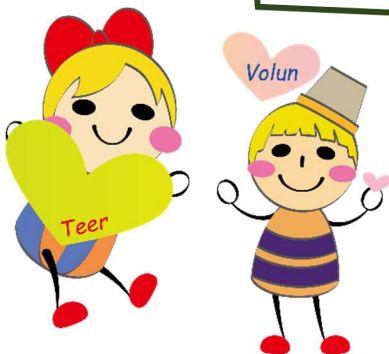
③ せっかくなのに、食べられない餅とは何でしょう？

ヒント：お尻でつく痛いモチ、..

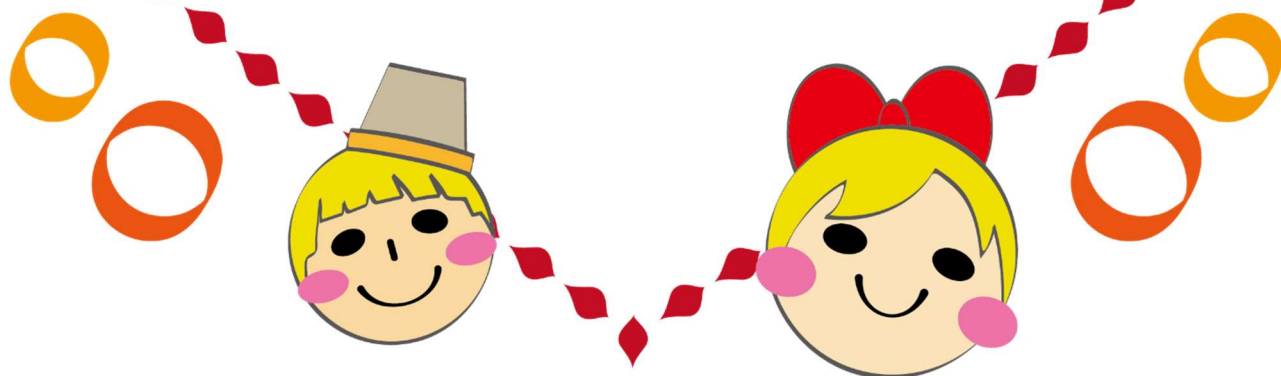
④ 「もしもし～もしもし」と言い続けていたら、冷たいものが出てきました。さて、それは何でしょう？

ヒント：寒い日の朝は、柱を作って、地面を持ち上げることもある、..

皆さまお元気ですか？  
今年も皆さまに少しでも元気を  
分けられたらと思っています！  
今年も「つくつく便」をどうぞよろ  
しくお願いします(o\*。\_。)o ペコッ  
K.M



次のページから  
クイズ！！



# クイズ

## ～イラストが表すのは何でしょう編～

Q.次のイラストが表す言葉は何でしょう？

例題



→ ○ッ○リー

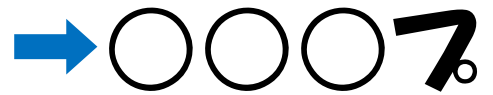
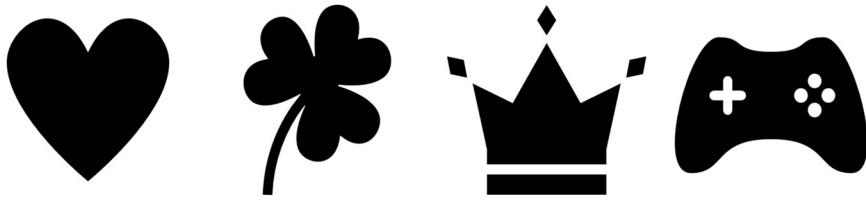
解答 **バッテリー**

①



○ッ○ー

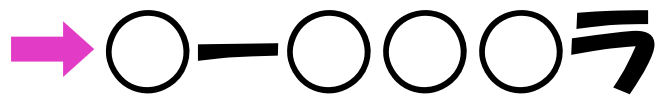
②



③



④





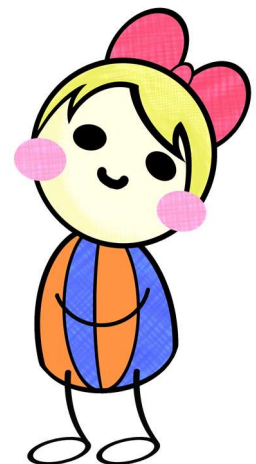
⑤



→ ○ ○ ○ < ○ ン

**2021 年も脳トシ！！**  
**皆さんが楽しめるような脳トシ**  
**づくり頑張ります(^▽^)/♡**  
**今年もよろしくお願ひします。**

**S.A**



## ～ブラジル編～

Q.1～4の中から答えを選んでね

例題

Q.インドネシアの国旗はどれでしょう？



解答 ②

① ブラジルを代表する料理はどれでしょう？

1. 小籠包



2. ナシゴレン



3. フェイジョアーダ



4. ビビンバ



## ②ブラジルの「こんにちは」はどれでしょう？

1. アンニョンハセヨ      안녕하세요
2. ボア タルヂ      Boa tarde
3. ニーハオ      你好
4. スラマツ シアン      Selamat siang

## ③ブラジルの世界遺産はどれでしょう？

1. ボロブドゥール寺院遺跡群



2. 昌徳宮



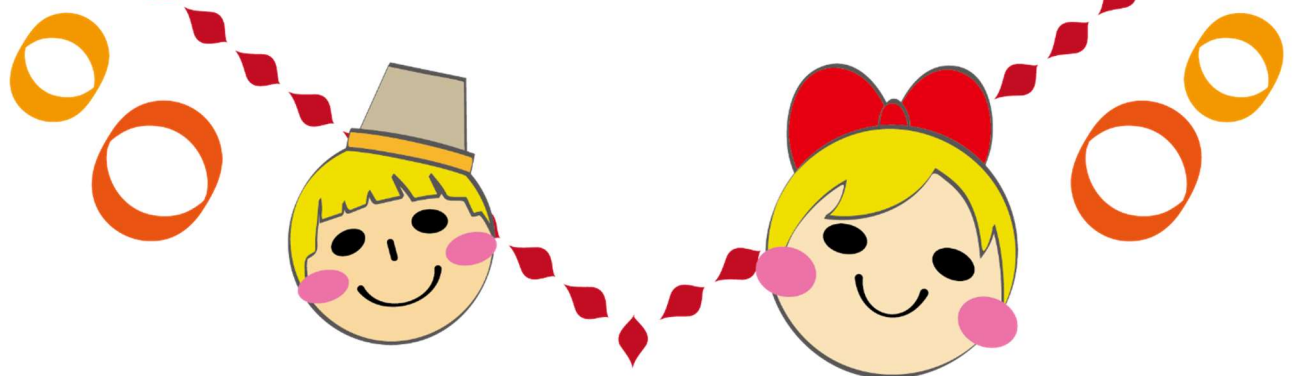
3. 万里の長城

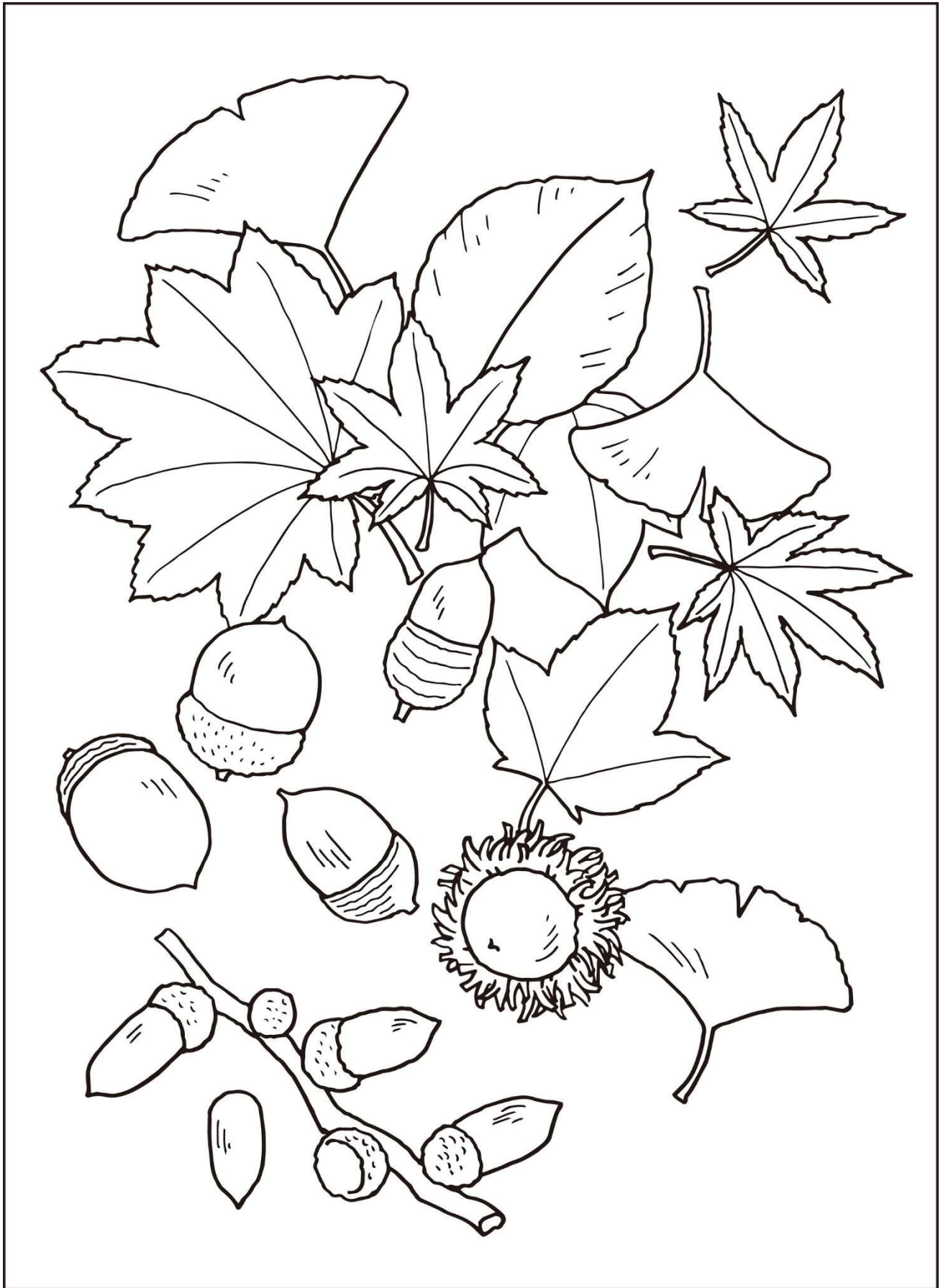


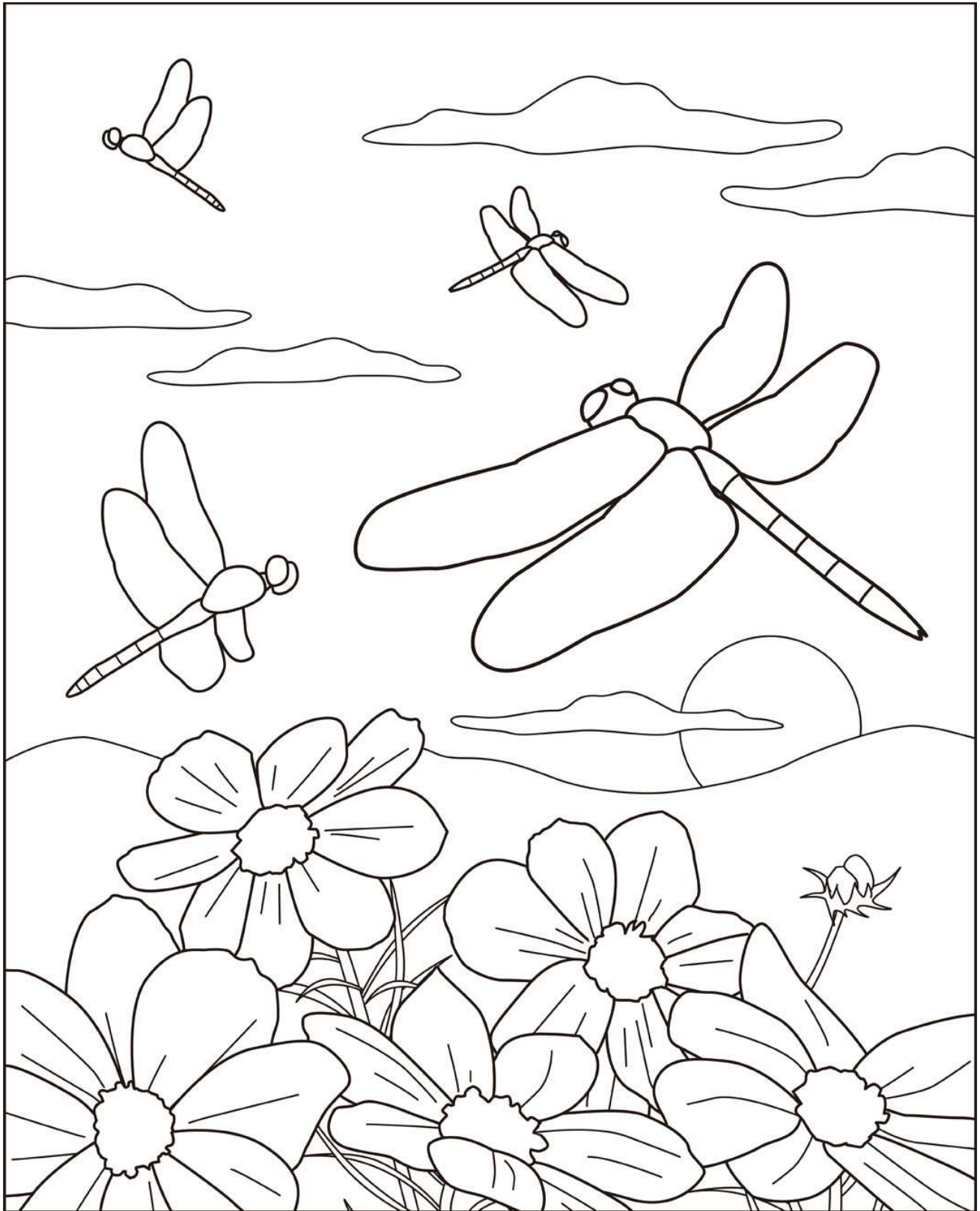
4. イグアス国立公園



次のページから  
塗り絵！！

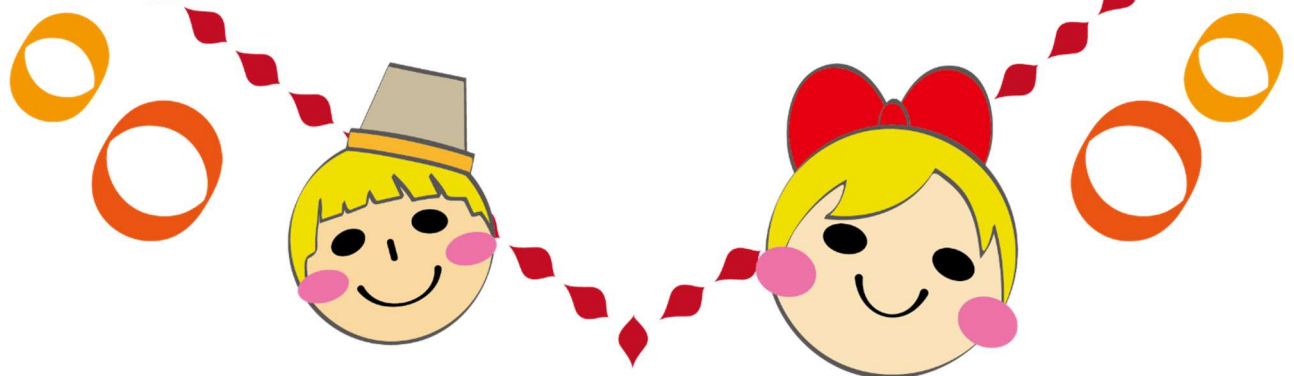








次のページから  
解答！！





## ・ なぞなぞ

### ① 雪かき

雪が降ったらあちらこちらで雪「かき」をしている人が見られますね。

### ② 風邪

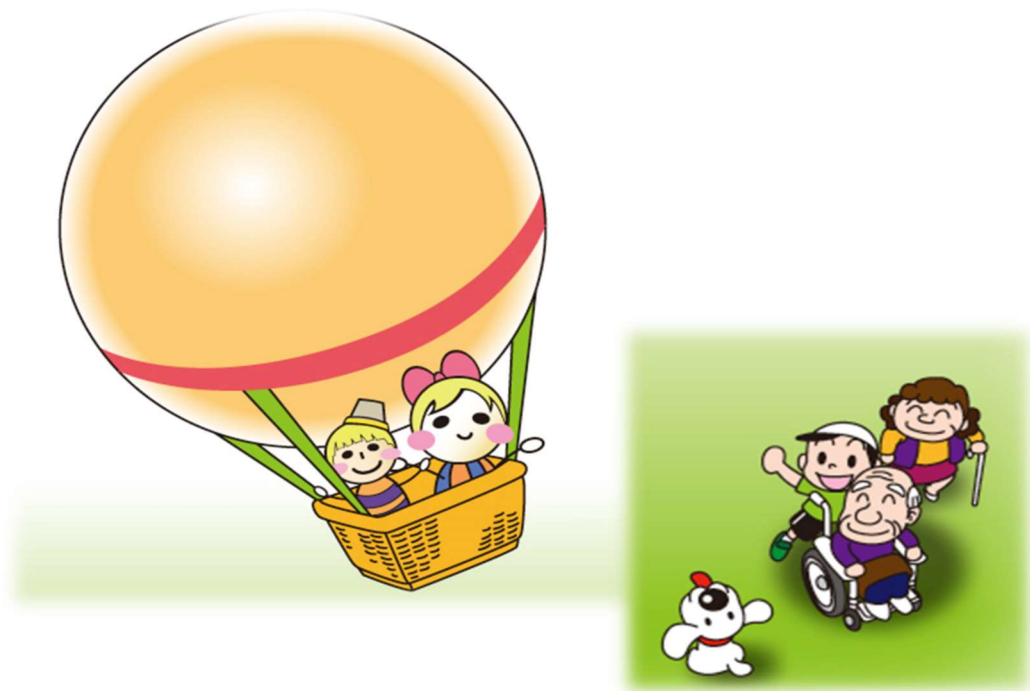
同じ「かぜ」でも風邪ひくと辛いですよ。

### ③ 尻もち

お尻でつく痛いモチといったら尻「もち」ですね。もちろん食べられません！！

### ④ 霜

「もしもし」を言い続けていると「もしもしも、、、」となって「しも」が現れますね。また、土の中に、霜柱を作ることもありますね。



## ・クイズ ～イラストが表すのは何でしょう編～

### ① サッカー

この絵は、サッカーを表すピクトグラムなのです。

### ② トランプ

ハート♡とクローバー♣のマークはトランプのマークを表していて、王冠はトランプカードのキング、ゲーム機はトランプがカードゲームであることを表しています。

### ③ シンデレラ

ガラスの靴とかぼちゃの馬車、魔法のスティックを表しています。

### ④ オーケストラ

様々な楽器と指揮者で構成されているのを表しました。

### ⑤ つくつく便

脳トレを表す「脳」と「パズル」と「ペン」。

そしてつくつく便はお便りなので「手紙」も合わせて表しました。

～ブラジル編～

① 3

- 1.台湾を代表する料理
- 2.インドネシアを代表する料理
- 3.ブラジルを代表する料理
- 4.韓国を代表する料理

② 2

- 1.韓国のこんにちは
- 2.ブラジルのこんにちは
- 3.台湾のこんにちは
- 4.インドネシアのこんにちは

③ 4

- 1.インドネシアの世界遺産
- 2.韓国の世界遺産
- 3.中国の世界遺産
- 4.ブラジルの世界遺産

**ブラジルではなく、...**

**{台湾の豆知識}**

**台湾には世界遺産がないんです！  
なぜなら、ユネスコが台湾を正式に  
国家として認めていないからです。**



次のページから  
参考文献！！



## ・なぞなぞ

「【季節のなぞなぞ 20 問】 高齢者の脳トレ・レクリエーションにおすすめ！」

『ハートページナビ』

<https://www.heartpage.jp/contents/magazine/08-00307>

## ・クイズ

「インドネシア料理 旨辛ナシゴレン」『kurashiru』

<https://www.kurashiru.com/recipes/1fe77b50-6bb1-4437-af3d-90108d336d9b>

「「フェイジョアード」を徹底解説！これであなかもブラジル通♪」『macaroni 食からはじまる、笑顔のある暮らし。』

<https://macaro-ni.jp/52305>

## ・塗り絵

「どんぐり」『毎日の介護レクリエーションを探せるサイト 介護レク広場』

<https://www.kaigo->

[rec.com/TRecreationMaterials/detail/?tRecreationMaterial\\_id=5d65c8db-](https://www.kaigo-rec.com/TRecreationMaterials/detail/?tRecreationMaterial_id=5d65c8db-)

[2e28-4c6b-9998-6efe851242a1&cMaterialDifficulty\\_id=5d65c8db-ac54-443f-](https://www.kaigo-rec.com/TRecreationMaterials/detail/?tRecreationMaterial_id=5d65c8db-2e28-4c6b-9998-6efe851242a1&cMaterialDifficulty_id=5d65c8db-ac54-443f-)

[bb24-6efe851242a1&m\\_recreation\\_material\\_category\\_id=2](https://www.kaigo-rec.com/TRecreationMaterials/detail/?tRecreationMaterial_id=5d65c8db-bb24-6efe851242a1&m_recreation_material_category_id=2)

「赤とんぼ」『毎日の介護レクリエーションを探せるサイト 介護レク広場』

<https://www.kaigo->

[rec.com/TRecreationMaterials/detail/?tRecreationMaterial\\_id=55c965e0-](https://www.kaigo-rec.com/TRecreationMaterials/detail/?tRecreationMaterial_id=55c965e0-)

[c454-41c6-ba96-4796c0a8001a&cMaterialDifficulty\\_id=55c965e0-c064-407b-](https://www.kaigo-rec.com/TRecreationMaterials/detail/?tRecreationMaterial_id=55c965e0-c454-41c6-ba96-4796c0a8001a&cMaterialDifficulty_id=55c965e0-c064-407b-)

[8308-4796c0a8001a&m\\_recreation\\_material\\_category\\_id=4](https://www.kaigo-rec.com/TRecreationMaterials/detail/?tRecreationMaterial_id=55c965e0-c454-41c6-ba96-4796c0a8001a&cMaterialDifficulty_id=55c965e0-c064-407b-8308-4796c0a8001a&m_recreation_material_category_id=4)

「パンジー（花）」『毎日の介護レクリエーションを探せるサイト 介護レク広場』

<https://www.kaigo->

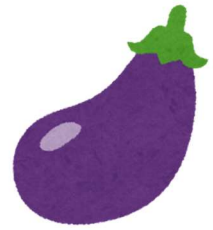
[rec.com/TRecreationMaterials/detail/?tRecreationMaterial\\_id=55a74534-](https://www.kaigo-rec.com/TRecreationMaterials/detail/?tRecreationMaterial_id=55a74534-)

[9768-4e50-965c-1774d5d8e096&cMaterialDifficulty\\_id=55a74534-1064-](https://www.kaigo-rec.com/TRecreationMaterials/detail/?tRecreationMaterial_id=55a74534-9768-4e50-965c-1774d5d8e096&cMaterialDifficulty_id=55a74534-1064-)

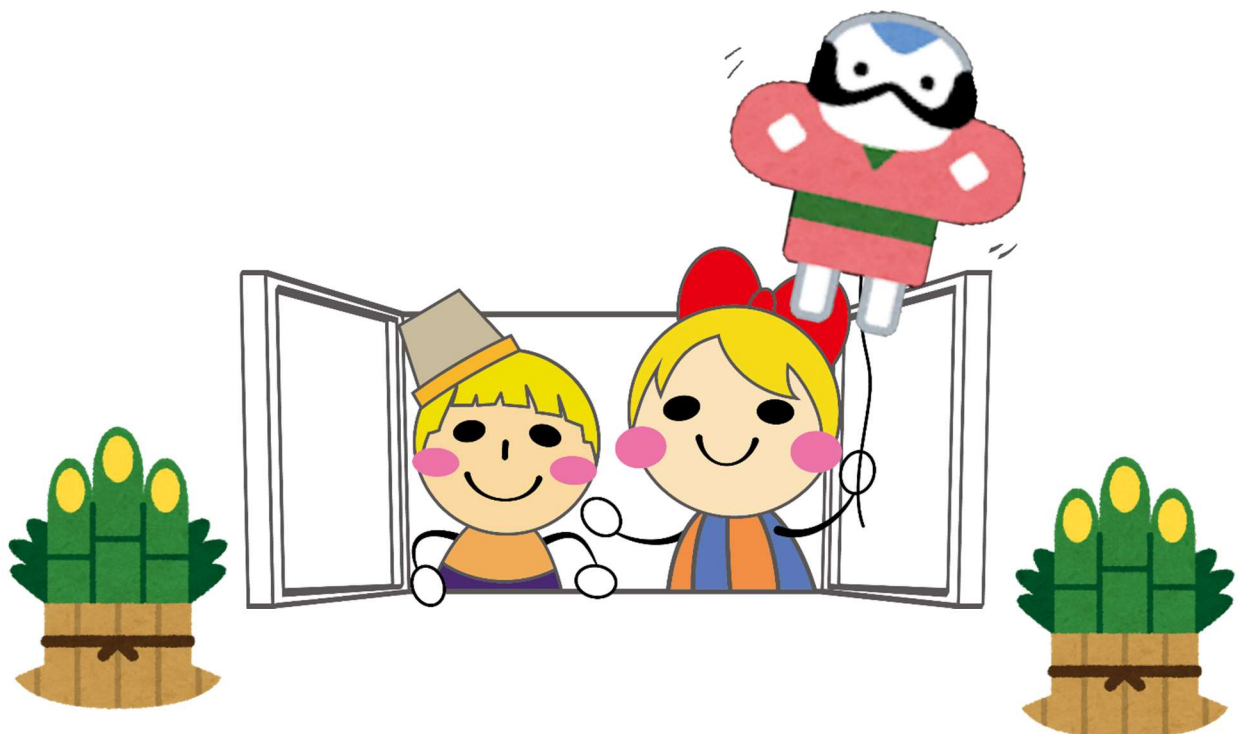
[46ab-bd8f-1774d5d8e096&m\\_recreation\\_material\\_category\\_id=2](https://www.kaigo-rec.com/TRecreationMaterials/detail/?tRecreationMaterial_id=55a74534-9768-4e50-965c-1774d5d8e096&cMaterialDifficulty_id=55a74534-1064-46ab-bd8f-1774d5d8e096&m_recreation_material_category_id=2)

## ・一部イラスト

『いらすとや』 <https://www.irasutoya.com/>



次号も  
お楽しみに！



第3号『つくつく便』も楽しくチャレンジしていただ  
けましたか？

この脳トレ問題集『つくつく便』は、新型コロナウイルス感  
染症の影響で外出を控えている方々に、自宅でできる介  
護予防に活用していただくため、筑波大学附属坂戸高等  
学校の皆さんが作成してくれました。

第1号は1,400部、第2号は1,100部発行し、たく  
さんの方々に活用していただきました。

次号の発行については  
下記までお問い合わせ  
ください。



<問合せ・申込み先>

坂戸市社会福祉協議会

坂戸市石井2327-6

☎049-283-1597